



참가자 성명:	완료 일자:
---------	--------

**여성 작성란**

1. 귀하는 특별식을 섭취합니까? .....  예  아니요 **[427.2]**  
 예라고 답하였다면, 다음 중 어느 특별식을 섭취합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오)  
 채식       절대 채식       저 칼로리/체중 감소       매크로바이오틱       음식 알레르기  
 저지방       저 탄수화물      기타: \_\_\_\_\_  
 예라고 답하였다면, 이 특별식과 관련된 의학적 조건이 있습니까? .....  예  아니요 **[341-362]**

2. 귀하는 비 음식 항목을 정기적으로 섭취합니까?  예  아니요 **[427.3]**  
 예라고 답하였다면, 해당되는 항목을 모두 선택하십시오.  
 재       분필       많은 양의 얼음 및/또는 냉동고의 서리  
 베이킹 소다       담배       페인트 칩  
 탄 성냥       점토       흙  
 카페트 섬유       먼지       전분 (세탁용 또는 옥수수 전분)      기타: \_\_\_\_\_

3. 보통 하루에 과일을 얼마나 자주 먹습니까? .....  5 번 이상     4 번     3 번     2 번     1 번     안먹음

4. 보통 하루에 야채를 얼마나 자주 먹습니까? .....  5 번 이상     4 번     3 번     2 번     1 번     안먹음

5. 어떤 형태의 우유를 마십니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오) **[427.2]**  
 우유     산양유     라이스 또는 아몬드 우유     두유     무유당 우유     없음    기타: \_\_\_\_\_  
 어떤 종류의 우유를 마십니까? .....  무지방 (탈지유)     저지방 (1%)     지방 감량 (2%)     전유  
 보통 하루에 우유를 얼마나 자주 마십니까?  4 컵 이상/많이/1 일     3 컵/3 번/1 일     2 컵/2 번/1 일     1 컵 미만/1 번/1 일 이하

6. 보통 하루에 주스, 과일/스포츠 드링크, 보통의 팝/소다, 스위트 티 및/또는 콜 에이드 또는 설탕이 첨가된 물을 얼마나 자주 마십니까?  4 번 이상  
 보통 하루에 다이어트 팝/소다 및/또는 커피/차를 얼마나 자주 마십니까? .....  4 번 이상     3 번     2 번     1 번     안 마심  
 보통 하루에 물을 얼마나 자주 마십니까?       4 번 이상     3 번     2 번     1 번     안 마심

7. 대부분의 날들에 어떤 종류의 육체 운동을 합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오)  
 안 함     달리기     집안일/청소     자전거 타기     아이들과 놀기  
 걷기     수영     정원손질/마당일     휘트니스 센터    기타: \_\_\_\_\_

8. 보통 하루에 숨차거나 땀을 흘리는 활동을 몇 분 정도 합니까?  
 15 분 미만       15 분       30 분       45 분  
 60 분 (1 시간)       90 분 (1.5 시간) 이상       해당 없음

9. 지난 12 개월 동안 치과를 방문한 적이 있습니까? .....  예  아니요 **[381]**  
 충치, 치아 손상, 잇몸 출혈, 치아 손실 및/또는 씹는데 어려움을 겪는 잘못 배열된 치아가 있습니까? .....  예  아니요

**현재 임신부인 경우 다음 질문에 답하여 주십시오.**

10. 다음 음식 중 무엇을 섭취합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오) **[427.5]**  
 생과일 또는 야채 압착 주스  
 저온 살균을 하지 않은 (농장에서 바로 만든) 유제품  
 페타(Feta), 브리(Brie), 카망베르(Camembert), 푸른반점(Blue-veined) 치즈, 퀘소 블랑코(Queso Blanco), 퀘소 프레스코(Queso Fresco) 와 같은 소프트 치즈  
 날것 또는 덜 익은 고기, 생선, 닭고기, 터키 또는 계란  
 생 새싹 (알팔파, 클로버, 콩, 무)  
 조리하지 않은 런천 미트, 델리 미트, 핫도그  
 여기에 없음

귀하의 CPA/영양사가 식습관에 대해 말씀을 드리고 더 많은 질문을 드릴 것입니다.